Article Nouvel Obs. :

« Elle se vit dans la solitude et la clandestinité, Anorexie : Le nouveau mal du siècle? »

Boulimie ou anorexie, les TCA - troubles du comportement alimentaire - font d'autant plus peur qu'ils restent aussi incompréhensibles que difficiles à soigner. Pourtant, les thérapies au cas par cas et le partage des expériences ont fait leurs preuves

Elle n'en parle jamais. Même pas à celles dont l'état lui rappelle son propre voyage au bout de l'enfer. Ariane est chirurgienne dans un grand hôpital régional, mariée et mère de trois enfants. Qui irait penser que cette jeune femme déterminée a passé des mois entre la vie et la mort? C'était il y a quinze ans. Ariane était mourante, le foie, les reins et le cœur atteints. Mourante de faim. «Quand cela arrive, raconte-t-elle lentement, on ne s'en rend pas compte. On sait ce qu'on fait, mais on n'est pas capable de faire autrement. Moi, à 17 ans, j'étais une fille brillante qui faisait tout dans les règles de l'art. Un été, j'ai entamé un petit régime pour être parfaite à une fête de famille. J'ai vite atteint le poids idéal mais la balance est alors devenue une obsession. Je me voyais maigrir, j'en étais fière. J'arrivais à résister à la tarte du soir, je mettais du 36, et mes parents étaient malheureux à mon sujet: je triomphais de mon combat! Peu à peu coupée du monde, je suis entrée dans un monde à part.»

«Après le bac, on m'a hospitalisée dans un service pour adolescents de ma région. A 25 kilos, j'ai fait un arrêt cardiaque, on m'a mise en réanimation. Je suis restée là-bas seize mois, enfermée dans une chambre, sans rien d'autre que mes plateaux-repas, et les cours de la fac qu'on me faisait passer. J'ai réussi ma première année de fac. Pour mes 20 ans, j'ai arraché, contre la promesse de prendre du poids, un voyage en Grèce. J'y ai rencontré mon futur mari. J'ai tenu ma promesse et retrouvé une pêche d'enfer.» Pourtant, Ariane n'était pas encore au bout de sa peine. «Ma dernière période a été la pire, poursuit-elle. Je suis tombée dans la boulimie. Ça, c'est horrible, je ne peux pas le raconter. Vomir toutes les deux heures, on ne s'en vante pas. La souffrance physique est terrible, le sentiment de dégradation aussi. Mon mari et mes parents devenaient fous, et moi aussi. Fallait que j'arrête, je n'en pouvais plus. Dix ans, ça suffisait. J'avais payé ce que je devais. J'ai décidé d'avoir une vie normale et de ressembler à tout le monde.»

La jeune femme voit aujourd'hui passer des anorexiques en état limite dans son service de néphrologie. Mais elle ne leur dit jamais un mot de sa propre histoire. «Cela m'est propre et privé, c'est du passé, le sujet est éteint, martèle-t-elle. Surtout, qu'on ne me reconnaisse pas.»

Toutes comme Ariane. Des clandestines, planquées quelque part. Au rayon des maladies du siècle, l'anorexie et la boulimie font recette à la télé, dans les magazines féminins et en librairie. Confessions de malades, récits de parents en deuil, recueils de conseils, essais et autres méthodes, pas de saison désormais sans sa nouveauté sur les TCA, les troubles du comportement alimentaire. Ce mois-ci encore, trois nouveaux livres sont consacrés à ce sujet (voir encadré). Pourtant dans la vraie vie, c'est encore du top secret. Anorexiques et boulimiques s'enferment le plus souvent dans leur solitude, et cela arrange peut-être tout le monde. «Car ces maladies fascinent, explique le professeur Philippe Jeammet, chef de file des psychiatres d'adolescents. L'idée que quelqu'un peut se détruire par la nourriture est terrible.»

Dans les lycées, des filles très maigres glissent discrètement un coussin sous leurs fesses pour atténuer les brûlures des escarres. Des profs vacillantes, que leurs collègues tiennent à distance pendant des années, rasent les murs. Dans les temples de la fringue, des minettes diaphanes, accrochées au bras de maman, éclatent en sanglots devant la glace: elles ne «voient» que des «bourrelets», et les vendeuses restent médusées. A la maison, des femmes se font vomir, souvent à l'insu de tous. «Moi, ça fait vingt-cinq ans, dit Marie. Ni mari, ni enfants, ni amis, ni parents ne s'en doutent.» Dans les entreprises, des femmes trop minces ou pas du tout font rituellement de longs passages aux toilettes à la fin des repas, sans que personne ne moufte. Parfois on chuchote: «Tu crois pas que…?»

Pourtant dès qu'elles le peuvent, pour sortir de leur solitude, elles parlent, ces clandestines. Mais entre elles. Leitmotiv: «On se reconnaît entre nous.» A les lire sur les forums d'internet, elles miment une société secrète. Elles «éjectent le touriste» pour se confier à huis clos. Devant ces filles et femmes de tous âges, ces «Neige d'été», «Crystal», «Lila plume», «Fyne», «Sh@dow», on peut prendre peur. Sensibilité à fleur de peau, égarées dans des souffrances qui durent souvent depuis des années, aux prises avec des pulsions de mort, triviales et poètes, lucides et aveugles, elles se libèrent et veulent se porter secours. Leurs aveux racontent d'étranges choses, pas toujours audibles pour les bien-mangeant. Allez comprendre pourquoi une fille de 20 ans peut mettre une heure pour avaler une cuillère de riz! Comment une autre ne parvient pas à manger sans sa mère ni une assiette identique au gramme près devant elle. Très calées sur leurs maladies, elles échangent leurs savoirs et leurs expériences. Les boulimiques se muent en pécheresses: «J'ai fait une CBV [crise de boulimie vomisseuse] au pain aux noix. J'ai recrisé trois fois. J'ai honte.» Les ados «anos» épluchent tout: «Je bois 10 litres d'eau et de Coca light par jour? Est-ce que je fais de la potomanie?» «Tu régurgites et tu remâches plus d'une heure? C'est une nouvelle maladie, le mérissisme.»

A chacune son état de guerre. Les novices, à l'énergie folle, quêtent et dispensent des conseils pour continuer la conquête sur elles-mêmes: «L'assiette sombre permet mieux de camoufler la nourriture» ou «Les cheveux coupés et les bras levés, on peut "perdre" jusqu'à 230 grammes». Du fond de leur lit d'hôpital, les filles au bout du rouleau sermonnent ces innocentes. Elles leur balancent l'effondrement futur, le froid permanent, la lente destruction de soi, organe par organe, jusqu'au duvet noir sur la peau, avec la mort qui rôde. Elles traquent aussi les maudites, militantes de l'anorexie, qui jouent les tentatrices en citant les adresses internet de la «communauté ano», née outre-Atlantique. Là-bas, de nombreux sites célèbrent une «ano way of life» à coups de slogans sulfureux. «Je suis une de leurs proies», avoue une gamine qui crie au secours. Restent celles qui s'estiment guéries et qui offrent leur site, leurs conseils ou leur livre: «Ecoutez-moi!»

L'obsession de la «bouffe» n'est pas tout. Les maux qui l'accompagnent sont aussi envahissants. Peurs, phobies, agressions contre soi, dépression ont envahi la vie. Quel «cirque» que d'ouvrir les portes du métro avec les manches, lavées dès qu'on arrive à la maison. Quelle angoisse, ce corps «hippopotame» que personne ne doit toucher, «pas même mes enfants». Quelle «connerie», ces «deux marques sur le visage, à force de me frapper»… On dirait des folles, mais elles savent qu'il s'agit d'autre chose.

Devant ces maladies spectaculaires, rien de plus facile que de prendre peur. De faire peur. Mais rien de plus difficile aussi que d'y voir clair. Ce n'est pas faute de tentatives. Voilà un bon siècle qu'on a mis un nom sur cette pathologie très ancienne. Trente ans au plus qu'elles intéressent le corps médical. Vingt ans à peine que se dessine une prise en charge véritable. Qu'en sait-on au total? Peu de chose, malgré la glose ambiante et les clichés assénés en boucle sur «l'idéal de légèreté», «le refus de la féminité», et autres «émotions négatives». Peu de certitudes, mais des controverses sur ces sacs de nœuds où il est difficile de démêler les apparences et la réalité, les symptômes et les racines du mal. Faut-il parler de «maladies», de «symptômes» ou de «troubles»? Faut-il associer boulimie et anorexie? Comment bascule-t-on dans un état qu'on ne peut plus contrôler? Quels sont les facteurs de risques? Ces maladies sont-elles psychiatriques ou pas seulement? Le culte de la maigreur est-il décisif? Autant de questions sans réponse unanime sur ce qui conduit une fille à se noyer dans la nourriture ou à se consumer dans le jeûne.

Logique que d'un médecin à un autre les soins fluctuent étrangement parfois. On trouve de tout sur ce marché de l'angoisse. Il est des nutritionnistes qui ne prescrivent que des régimes alimentaires, une hérésie aujourd'hui. Quelques dogmatiques restent accrochés à «leur» méthode, ou à quelques certitudes du style: «Vivre une histoire d'amour, être mère et nourrir, ça guérit.» «Nous avons des Zorro des anos, commente le patron d'un grand service. J'en connais un qui prescrit de mettre la pulpeuse Ava Gardner sous le nez des malades. C'est censé les tirer d'affaire!» On rencontre aussi, hélas, des thérapeutes douteux, boutiquiers, demi-gourous, vrais escrocs. Rares sont les médecins qui

ne citent pas les trois ou quatre mêmes noms, actifs depuis des années. Dans la liste, une psychologue «somathérapeute» qui ne dédaignerait pas de recruter parmi les patients de ses «ateliers» thérapeutiques des recrues pour son «temple».

Pourtant, l'heure est d'abord à la modestie. Inouï, ce sont les médecins les plus chevronnés qui le disent. «Ces maladies mettent à mal la toute-puissance médicale, lance le docteur Christine Foulon, psychiatre de l'hôpital Sainte-Anne à Paris. Plus j'en vois, plus j'ai la modestie raplatie. On n'a pas le mode d'emploi.» Même son de cloche chez le professeur Philippe Jeammet: «C'est encore en grande partie une énigme. Nous n'avons que des approches imparfaites d'une réalité qui nous échappe.» Chez ces deux grands patrons, comme chez la plupart de leurs confrères hospitaliers, l'heure est à l'alliance autour d'une alchimie de soins diversifiés. Dans le doute, ils s'échangent parfois des malades! Les racines de ces pathologies s'avérant multiples, ils s'attachent tous à soigner chacun au cas par cas, de toutes les manières possibles. Loin de toute médecine miracle.

Tout est bon pour essayer de trouver un biais afin «d'amener un patient à renoncer à son entreprise de destruction de lui-même». La nourriture, quand il n'y a pas d'urgence, n'est pas forcément au centre de la prise en charge, au profit de la détente et de l'apprentissage du plaisir. Chaque malade, souvent doté d'une sorte de nounou, le «référent», est pris en charge par des nutritionnistes, diététiciens, psychothérapeutes, art-thérapeutes, avec lesquels il partage les repas. L'heure n'est plus à l'isolement des décennies passées, mais à la coupure provisoire avec la famille, quand cela semble s'imposer. Les parents sont requis dans le traitement et incités à participer à des groupes de parole. Mais ce beau modèle n'est pas facile à incarner: malades, parents et soignants ne se situent pas toujours dans l'alliance. C'est souvent une rebelle que l'on hospitalise. Une réfractaire menacée dans son entreprise et décidée à lutter par tous les moyens contre ses oppresseurs liberticides, qui la «coffrent» dans une «taule», et lui assignent des «contrats de poids» à atteindre. Intolérable pour ces intolérantes.

Comment ne pas voir pourtant que ces maladies ne ressortissent pas du destin individuel? Quand les médecins pataugent sur les soins, les observateurs de la société ont peut-être quelque chose à dire sur les causes. Ils peuvent remarquer qu'à Berlin s'est ouvert ce mois-ci le premier restaurant pour anorexiques et boulimiques. Qu'on voit surgir aujourd'hui des «vomisseurs», qui font du vidage d'estomac une ascèse. Les TCA renverraient alors aux folies de nos sociétés? «Dans un univers placentaire où il ne manque rien, répond le docteur Vincent Dodin, psychiatre lillois, l'individu nourri de tout n'a plus besoin de rien, il n'est jamais dans la frustration ni le manque. Seul l'anorexique n'y trouve pas son compte. Pour exister, il veut du rien.»

Anne Fohr
http://www.nouvelobs.com/articles/p2098/a261150.html